

# BERNER AKTIONSTAGE PSYCHISCHE GESUNDHEIT

## Organisationskomitee

Kantonale Behindertenkonferenz Bern (kbc),  
Bernisches Aktionsbündnis Psychische Gesundheit  
Interessengemeinschaft Sozialpsychiatrie (igs), psy.ch  
Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana (PMS)  
Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)  
Vereinigung Angehöriger psychisch Kranker (VASK Bern)



## Medienmitteilung

**Sperrfrist: 9. Oktober 2015, 11.30 Uhr**

## Arbeit und psychische Gesundheit im Fokus

**Der Auftakt ist geglückt: Im Berner Rathaus starteten am Freitag in Anwesenheit des Berner Gesundheitsdirektors Philippe Perrenoud, des Zürcher Gesundheitsdirektors Thomas Heiniger, Fachpersonen aus dem Bereich Psychiatrie, Betroffenen und WirtschaftsvertreterInnen die Berner Aktionstage psychische Gesundheit zum vierten Mal.**

**Die Aktionstage beteiligen sich im Kanton Bern an der Umsetzung der nationalen Sensibilisierungskampagne „Wie geht's Dir?“, die am selben Tag den Themenschwerpunkt „Arbeitswelt“ lancierte. Während sechs Wochen finden im ganzen Kanton über 40 Veranstaltungen statt.**

Es gibt Themen, die lange im Verborgenen schlummern. Niemand will sie wahrnehmen – bis sie eines Tages doch ans Tageslicht gelangen und sich nicht mehr verleugnen lassen. Psychische Krankheiten gehören oft dazu. Jeder zweite Mensch erkrankt in seinem Leben einmal psychisch. Doch obwohl psychische Belastungen häufig sind, werden sie insbesondere am Arbeitsplatz noch immer verschwiegen. Hier setzt die Kampagne „Wie geht's Dir?“ an.

„3 von 4 Führungskräften würden psychische Auffälligkeiten nicht direkt ansprechen, sondern auf „Beweise“ warten. Umgekehrt legen die meisten betroffenen Mitarbeitenden ihr psychisches Problem nicht offen, wohl aus Angst vor Diskriminierung. Die Unsichtbarkeit psychischer Erkrankungen und die Hemmungen aller Beteiligten, diese direkt anzusprechen, sind letztlich ein Hauptgrund für Arbeitsplatzverlust und Invalidität“, erklärte Niklas Baer, Leiter der Fachstelle für Psychiatrische Rehabilitation, der aktuelle Resultate aus einer Befragung von Führungskräften und Personalverantwortlichen im Oberaargau präsentierte.

Dass die IV-Berentung aufgrund psychischer Erkrankungen heute bei 43% aller Renten liegt, ist daher beunruhigend und verdeutlicht, wie wichtig die Enttabuisierung ist. „Stigma ist der Faktor, der die psychische Gesundheit von Mitarbeitenden am meisten beeinflusst. Psychische Belastungen zeigen sich zuletzt am Arbeitsplatz. Wenn sie sich also dort zeigen, ist es meist schon recht spät.“, erläutert Thomas Ihde, Stiftungspräsident der Pro Mente Sana und Chefarzt der Psychiatrischen Dienste der Spitäler Frutigen, Meiringen und Interlaken.

Das moderne Arbeitsleben ist komplex und verlangt hohe Flexibilität. Ständiger Leistungsdruck, Angst vor Arbeitsplatzverlust oder Überforderung sowie zwischenmenschliche Konflikte können zu psychischen Belastungen führen. Arbeit ist aber – und das geht in der Diskussion oft vergessen – vor allem auch ein sehr wichtiger Schutzfaktor. Arbeit gibt Identität, Tagesstruktur, soziale Kontakte und ein Einkommen: Dies alles ist wichtig für die psychische Gesundheit. Es ist darum von grosser Bedeutung, dass Menschen mit psychischen Belastungen oder Erkrankungen im Arbeitsprozess verbleiben können. Thomas Ihde sagte in seinem Referat: „Investition in psychische Gesundheit lohnt sich. Nordamerikanische Studien zeigen, dass Firmen die hier investieren auch wirtschaftlich erfolgreicher waren.“

## **BERNER AKTIONSTAGE PSYCHISCHE GESUNDHEIT**

### **Organisationskomitee**

Kantonale Behindertenkonferenz Bern (k bk),  
Bernisches Aktionsbündnis Psychische Gesundheit  
Interessengemeinschaft Sozialpsychiatrie (igs), psy.ch  
Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana (PMS)  
Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)  
Vereinigung Angehöriger psychisch Kranker (VASK Bern)



Die Berner Aktionstage psychische Gesundheit wollen einen Beitrag zur Entstigmatisierung von Menschen mit psychischen Erkrankungen leisten und eine Plattform bieten, wo Begegnungen aller Beteiligten stattfinden können. An der Eröffnungsfeier haben Betroffene in einem Talk von ihren Erfahrungen erzählt, der Betroffenenchor der Soteria hat die Veranstaltung kulturell abgerundet und auf dem Podium haben VertreterInnen aus Wirtschaft, Politik, Fachhilfe und eine Betroffene gemeinsam das Thema erläutert.

23 Organisationen und Institutionen aus Fach- und Selbsthilfe aus dem ganzen Kanton bündeln ihre Kräfte und bieten vom 9. Oktober bis 20. November 2015 ein attraktives Programm, bestehend aus Informationsanlässen, Fachveranstaltungen, Besichtigungen, Radiosendungen und kulturellen Angeboten. Das Programm der Aktionstage bietet ein breites Spektrum sich zu informieren, das Gespräch miteinander zu suchen und somit Vorurteile abzubauen.

Weitere Informationen:

Programm und Infos zu den Berner Aktionstagen Psychische Gesundheit:

[www.psychische-gesundheit-bern.ch](http://www.psychische-gesundheit-bern.ch)

psy.ch – der Online-Wegweiser für psychische Gesundheit des Kantons Bern:

[www.psy.ch](http://www.psy.ch)

Nationale Sensibilisierungskampagne „Wie geht's Dir?“:

[www.wie-gehts-dir.ch](http://www.wie-gehts-dir.ch)

Auskünfte per Telefon erteilt: Christa Schwab, Verantwortliche Bernisches Aktionsbündnis Psychische Gesundheit, Kantonale Behindertenkonferenz Bern k bk, Telefon 031 371 68 67 / 079 368 63 30